

Herramientas Poderosas para Cuidadores

Talleres para cuidadores de adultos

Herramientas Poderosas para Cuidadores es un programa que consiste de seis sesiones para ayudar cuidadores a cuidar mejor de ellos mismos mientras cuidan a un amigo ó un familiar. Ya sea que cuide a un cónyuge, pareja, padre, ya sea en la cuadra ó millas de distancia, en su papel importante. Este curso es para las personas que cuidan a un familiar, ¡cómo usted!

Las sesiones le darán herramientas para ayudarle a:

- Disminuir el estrés
- Mejorar la autoconfianza
- Manejar el tiempo, establecer metas y resolver problemas
- Comunicar mejor sus sentimientos
- Tomar decisiones difíciles

Herramientas Poderosas Sera un Programa en Persona

Cada Lunes desde el 2 de junio hasta el 7 de julio de 2025

4:00pm-5:30pm

Libreria/Biblioteca Publica en la Mitchell
906 W Historic Mitchell St
Milwaukee, WI 53204

Se requiere registración. Para mas información ó registración:

(414) 514-4787 ó envíe un correo: caregiversupport@milwaukeecountywi.gov

Powerful Tools for Caregivers (PTC) es una institución sin fines de lucro 501(c)(3). La oficina nacional de PTC en Portland, OR apoya a los cuidadores, líderes de clase e instructores maestros en Estados Unidos, Canadá y Corea.



MILWAUKEE COUNTY
DEPARTMENT OF HEALTH
& HUMAN SERVICES
**AGING & DISABILITIES
SERVICES**

